



Pengaruh Motivasi, Keseimbangan dan Daya Ledak Tungkai terhadap Kecepatan Tendangan Sabit Olahraga Pencaksilat Pada Siswa SMA Negeri 2 Sinjai.

Muhammad Qasash Hasyim^{1*}, Suwardi², Sudirman

Keywords :

Motivasi, Keseimbangan,
Daya Ledak Tungkai,
Kecepatan Tendangan Sabit.

Correspondensi Author

¹ Universitas Negeri Makassar,

Email: qasash21@gmail.com

² Universitas Negeri Makassar,

Email: Suwardi@gmail.com

³ Universitas Negeri Makassar,

Email: Sudirman@gmail.com

Article History

Received: tgl-bln-thn;

Reviewed: tgl-bln-thn;

Accepted: tgl-bln-thn;

Published: tgl-bln-thn

ABSTRACT

Penelitian Ini adalah jenis penelitian Ex Post Facto yang menggunakan rancangan penelitian analisis jalur yang bertujuan mengetahui ; Hubungan langsung dan tidak langsung dari variable bebas ke variable terikat, serta variable antara dari penelitian ini;. Populasi adalah seluruh siswa SMA Negeri 2 Sinjai dengan jumlah sampel yaitu 30 siswa. Teknik penentuan sampel adalah sampel populasi. Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis deskriptif, uji persyaratan, analisis jalur melalui program SPSS 16.00 pada taraf signifikan 95% atau α 0,05. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ; (1) Ada pengaruh langsung motivasi terhadap daya ledak pada siswa SMA Negeri 2 Sinjai dengan tingkat signifikan 0,000 lebih kecil dari pada α 0,05; (2) Ada pengaruh langsung keseimbangan terhadap daya ledak tungkai pada siswa SMA Negeri 2 Sinjai dengan tingkat signifikan 0,009 lebih kecil dari pada α 0,05; (3) Ada pengaruh langsung motivasi terhadap Kecepatan Tendangan Sabit pada siswa SMA Negeri 2 Sinjai dengan tingkat signifikan 0,016 lebih kecil dari pada α 0,05 (4) Ada pengaruh langsung keseimbangan terhadap Kecepatan Tendangan Sabit pada siswa SMA Negeri 2 Sinjai dengan tingkat signifikan 0,000 lebih kecil dari pada α 0,05; (5) Ada pengaruh langsung daya ledak tungkai terhadap Kecepatan Tendangan Sabit pada siswa SMA Negeri 2 Sinjai dengan tingkat signifikan 0,023 lebih kecil dari pada α 0,05; (6) Ada pengaruh motivasi melalui daya ledak tungkai terhadap Kecepatan Tendangan Sabit pada siswa SMA Negeri 2 Sinjai dengan nilai beta yaitu $(0.579 > (-0.747))$; (7) Ada pengaruh keseimbangan melalui daya ledak tungkai terhadap Kecepatan Tendangan Sabit pada siswa SMA Negeri 2 Sinjai dengan nilai beta yaitu $(0.331 > (-0.912))$.

Kata Kunci: Motivasi, Keseimbangan, Daya Ledak Tungkai, Kecepatan Tendangan Sabit.

PENDAHULUAN

Olahraga sebagai salah satu model karya cipta manusia, merupakan salah satu bentuk aktivitas fisik yang memiliki dimensi sangat kompleks. Adanya keterkaitan antara kegiatan olahraga dengan keberadaan manusia adalah sesuatu yang tidak dapat dipisahkan. Olahraga adalah gerak dan merupakan kodrat manusia. Berawal dari gerak dan bergerak manusia selanjutnya menjadi suatu perilaku bermakna dan memiliki tujuan tertentu. Adapun bentuk kegiatannya berkaitan erat dengan perilaku manusia dan tinjauannya akan lebih luas dan mendalam, hal ini karena manusia memiliki berbagai potensi oleh sebab itu olahraga sebagai suatu cara untuk meningkatkan kualitas manusia.

Dewasa ini, pendidikan merupakan salah satu aspek utama sasaran pembangunan bangsa Indonesia yang orientasinya adalah peningkatan Sumber Daya Manusia (SDM) yang berkualitas. Ketika berbicara tentang Pembangunan nasional dalam bidang pendidikan dan Olahraga merupakan suatu bagian dari upaya untuk mencerdaskan kehidupan bangsa dan

Dalam mencapai tujuan pendidikan yang akan melahirkan manusia yang kompetitif, kreatif dan inovatif sebagaimana yang diharapkan, oleh karena itu tujuan pendidikan jasmani memberi batasan sebagai berikut: pendidikan jasmani merupakan bagian integral dari pendidikan total yang mencoba mencapai tujuan untuk mengembangkan kebugaran jasmani, mental, sosial, serta emosional bagi masyarakat, dengan aktifitas jasmani.

Dalam hal pembinaan olahraga kita menyadari bahwa setiap daerah mempunyai potensi yang berbeda-beda baik dalam hal pembinaan cabang olahraga, sumber daya manusia, maupun pendanaan, untuk itu daerah harus dapat meningkatkan prioritas pembinaan cabang olahraganya. Pentingnya prestasi untuk mengangkat nama perguruan

maupun sekolah dan daerah, melalui kegiatan olahraga pendidikan pada mata pelajaran pendidikan jasmani dan kesehatan, siswa atau atlet dapat menyalurkan minat dan bakat, sehingga guru/pelatih pendidikan jasmani dan kesehatan serta keterlibatan lembaga-lembaga yang terkait dalam usaha pembinaan prestasi pada cabang olahraga sangatlah dibutuhkan untuk meningkatkan olahraga secara khusus di Provinsi Sulawesi Selatan pada setiap pembinaan olahraga pencak silat khususnya ditingkat pelajar merupakan kebutuhan dalam meningkatkan prestasi di bidang olahraga baik tingkat kota, provinsi, dan tingkat nasional.

Olahraga pencak silat merupakan salah satu budaya asli bangsa Indonesia. Para pendekar dan pakar pencak silat meyakini bahwa masyarakat melayu menciptakan dan menggunakan ilmu bela diri ini sejak masa prasejarah dimana pada masa itu manusia harus menghadapi alam yang keras untuk tujuan mempertahankan hidup dengan melawan binatang buas, pada akhirnya manusia mengembangkan gerakan-gerakan bela diri yang telah dikembangkan secara turun-temurun hingga mencapai bentuknya hingga sekarang ini. Pada hakekatnya pencak silat merupakan perpaduan antara keharmonisan, akal kehendak dan kesadaran pada kodrat manusia sebagai makhluk hasil ciptaan Tuhan Yang Maha Esa.

Kekuatan otot tungkai dapat dimanfaatkan untuk menunjang daya gerak otot-otot yang berkontraksi dan persendian yang bekerja pada saat melakukan tendangan dalam olahraga pencak silat. Apabila otot-otot tungkai cukup kuat, akan menunjang efektifitas gerakan tendangan dalam olahraga pencak silat.

Berdasarkan pengamatan yang kami lakukan bahwa atlet-atlet pencak silat yang berasal dari daerah khususnya di daerah Kabupaten Sinjai pernah menorehkan prestasi yang baik pada kejuaraan-kejuaraan yang pernah dilaksanakan, baik ditingkat daerah maupun tingkat Nasional dan merupakan salah satu daerah penyumbang

atlet pencak silat di Sulawesi Selatan. Namun seiring dengan perkembangan olahraga pencak silat sekarang ini mengalami kemerosotan prestasi. Keadaan ini harus segera ditanggulangi dalam mengambil langkah-langkah dan tindakan tegas guna mencegah dan membendung kemerosotan yang timbul dengan meningkatkan prestasi secara maksimal.

Psikologi olahraga juga diperlukan agar atlet berpikir mengenai mengapa mereka berolahraga dan apa yang ingin mereka capai? Sekali tujuannya diketahui, latihan-latihan ketrampilan psikologis dapat menolong tercapainya tujuan tersebut. Mental yang tegar, sama halnya dengan teknik dan fisik, akan didapat melalui latihan yang terencana, teratur, dan sistematis. Dalam membina aspek psikis atau mental atlet, pertama-tama perlu disadari bahwa setiap atlet harus dipandang secara individual, yang satu berbeda dengan yang lainnya. Untuk membantu mengenal profil setiap atlet, dapat dilakukan pemeriksaan psikologis, yang biasa dikenal dengan “psikotes”, dengan bantuan psikometri. Profil psikologis atlet biasanya berupa gambaran kepribadian secara umum, potensi intelektual, dan fungsi daya pikirnya yang dihubungkan dengan olahraga. Profil atlet pada umumnya tidak berubah banyak dari waktu ke waktu. Oleh karenanya, orang sering beranggapan bahwa calon atlet berbakat dapat dilihat semata-mata dari profil psikologisnya. Anggapan semacam ini keliru, karena gambaran psikologis seseorang tidak menjamin keberhasilan atau kegagalannya dalam prestasi olahraga, karena banyak sekali faktor lain yang mempengaruhinya. Beberapa aspek psikologis dapat diperbaiki melalui latihan ketrampilan psikologis yang terencana dan sistematis, yang pelaksanaannya sangat tergantung dari komitmen si atlet terhadap program tersebut

Dengan aneka ragam situasi geografis dan etnologis serta perkembangan zaman yang dialami oleh bangsa Indonesia, Pencak silat dibentuk oleh situasi dan kondisinya. Kini Pencak silat kita kenal

dengan wujud dan corak yang beraneka ragam, namun mempunyai aspek-aspek yang sama. Pencak silat merupakan unsur-unsur kepribadian bangsa Indonesia yang dimiliki dari hasil budi daya yang turun temurun. Sampai saat ini belum ada naskah atau himpunan mengenai sejarah pembelaan diri bangsa Indonesia yang disusun secara alamiah dan dapat dipertanggung jawabkan serta menjadi sumber bagi pengembangan yang lebih teratur. Hanya secara turun temurun dan bersifat pribadi atau kelompok latar belakang dan sejarah pembelaan diri inti dituturkan. Sifat-sifat tertutup karena dibentuk oleh zaman penjajahan di masa lalu merupakan hambatan pengembangan di mana kini kita yang menuntut keterbukaan dan pemassalan yang lebih luas.

Motivasi siswa juga harus perlu diperhitungkan. Karena tanpa ada motivasi siswa untuk melakukan kegiatan apapun terutama kegiatan pencak silat maka hasil yang diharapkan akan sulit juga. Motivasi merupakan dorongan atau keinginan siswa untuk mengikuti suatu kegiatan, maka dari itu kegiatan pencak silat harus mempunyai kegiatan yang menarik agar siswa tertarik untuk melakukan kegiatan tersebut. Peran guru atau pelatih agar siswa tertarik untuk melakukan kegiatan pencak silat dan menghasilkan yang diinginkan, kemudian dari pada itu siswa dan guru dalam hal ini adalah pelatih merupakan sesuatu yang memiliki keterikatan yang kuat dimana keduanya saling mempengaruhi, yang mana guru harus memberikan motivasi yang baik agar siswa dapat merasa nyaman dan kegiatannya bisa berjalan dengan baik.

Sejalan dengan itu, maka kami akan lakukan kajian ilmiah dengan mengadakan suatu penelitian cabang olahraga pencak silat pada salah satu SMA di Kabupaten Sinjai. Secara khusus kami akan melakukan penelitian tentang salah satu serangan tendangan yaitu tendangan sabit, karena dalam olahraga pencak silat serangan dengan menggunakan tendangan lebih banyak memberikan keuntungan dalam memperoleh nilai dibandingkan dengan menggunakan

tangan. Adapun faktor pada penelitian ini adalah faktor daya ledak tungkai dan keseimbangan.

Berdasarkan uraian di atas, maka kami akan melakukan penelitian dengan judul ; “Pengaruh Motivasi, Keseimbangan dan Daya Ledak Tungkai terhadap Kecepatan Tendangan Sabit Olahraga Pencaksilat Pada Siswa SMA Negeri 2 Sinjai”

Menurut Johansyah Lubis (2004;7) menyatakan bahwa, Pencaksilat adalah hasil budaya manusia Indonesia untuk membela/mempertahankan eksistensi (kemandirian) dan integritasnya (manunggalnya) terhadap lingkungan hidup/alam sekitarnya untuk mencapai keselarasan hidup guna meningkatkan iman dan taqwa kepada Tuhan Yang Maha Esa.

Olahraga bela diri pencaksilat adalah cabang olahraga yang tidak jauh berbeda dengan olahraga bela diri lainnya, di dalamnya terdiri dari beberapa pola gerakan atau teknik dasar. Ada dua pola dasar utama yang mesti dikuasai dalam cabang olahraga bela diri pencaksilat, yaitu serangan dan bertahan.

Gerak dasar olahraga pencaksilat adalah suatu gerak terencana, terarah, terkoordinasi dan terkendali, yang mempunyai empat aspek sebagai satu kesatuan, yaitu aspek mental spritual, aspek bela diri, aspek olahraga, dan aspek seni budaya. Dengan demikian pencaksilat merupakan cabang olahraga tradisional yang cukup lengkap untuk dipelajari karena memiliki empat aspek yang merupakan satu kesatuan utuh dan tidak dapat dipisahkan.

Dengan demikian dapat dikatakan bahwa pencaksilat adalah merupakan sistem bela diri yang diwariskan oleh nenek moyang sebagai budaya bangsa Indonesia sehingga perlu dilestarikan, dibina dan dikembangkan, Indonesia merupakan Negara yang menjadi pusat ilmu beladiri tradisional pencaksilat (kriswanto 2015 : 13)

Serangan merupakan bentuk strategi dalam bela diri yang dalam keadaan tertentu

harus diterapkan dalam latihan maupun dalam bertanding. Dalam kategori tendangan olahraga pencaksilat, serangan dengan tendangan lebih banyak memberikan keuntungan dan memperoleh nilai lebih baik dalam bertanding bila dibandingkan dengan menggunakan tangan.

Selanjutnya menurut Joko Subroto dan Mochammad Rohadi (1996:39) mengemukakan, bahwa tendangan dalam pencaksilat adalah serangan dengan menggunakan kaki atau tungkai (disebut tendangan), dapat dilakukan dengan menggunakan ujung kaki, tumit, dan lutut. Tendangan merupakan pola gerak yang memiliki karakteristik tertentu yang melibatkan anggota tubuh khususnya tungkai bagian bawah, untuk dijadikan sebagai senjata dalam melancarkan serangan ke serangan tubuh lawan. Keadaan selama pertandingan berlangsung menuntut penguasaan serangan dengan tendangan yang beraneka ragam, agar serangan yang dilancarkan dapat telak masuk ke sasaran tubuh lawan.

Menurut Mylsidayu, Kurniawan (2015:136) mengatakan bahwa: “*Power* dapat diartikan sebagai kekuatan dan kecepatan yang dilakukan secara bersama-sama dalam melakukan suatu gerak

Sedangkan Ramli (2015:104) mengatakan bahwa: “*power* adalah kemampuan otot untuk mengarahkan kekuatan maksimal dalam waktu yang sangat cepat”. Kekuatan adalah kemampuan komponen fisik seseorang dalam mempergunakan otot untuk menerima beban sewaktu bekerja, sedangkan kecepatan adalah kemampuan untuk melakukan gerakan yang sejenisnya secara berturut-turut dalam waktu yang singkat.

Power sangat penting untuk cabang-cabang olahraga yang memerlukan *eksplorisif*, seperti lari *sprint*, atletik atau cabang-cabang olahraga yang gerakannya didominasi oleh melompat, seperti dalam bolavoli, basket, lompat jauh, dan bulutangkis serta olahraga sejenisnya.

Keseimbangan adalah kemampuan mempertahankan sikap dan posisi tubuh secara tepat pada saat berdiri (*static balance*) ataupun saat melakukan gerakan (*dynamic balance*) kemampuan untuk mempertahankan

keseimbangan dipengaruhi oleh beberapa factor antara lain : Visual, telinga

Keseimbangan statis maupun keseimbangan dinamis merupakan komponen kesegaran jasmani yang sering dilakukan oleh anak-anak maupun dewasa, setiap orang sangat memerlukan keseimbangan yang dapat mempertahankan stabilisasi posisi tubuh dalam kondisi static dan dinamis. Untuk melaksanakan tugas sehari-hari ataupun dalam melakukan aktifitas keolahragaan keseimbangan sangat dibutuhkan (Widiastuti 2011: 144)

Keseimbangan merupakan hal yang sangat penting pada hampir semua cabang olahraga dan merupakan dasar yang dapat menunjang penguasaan gerak keterampilan olahraga.

“Istilah motivasi (*motivation*) berasal dari perkataannya bahasa latin, yakni *movere*, yang berarti menggerakkan”. Para pelatih atau tenaga pengajar perlu memahami proses – proses psikologikal, apabila mereka berkeinginan untuk membina atlet atau siswa mereka secara berhasil, dalam upaya pencapaian sasaran yang telah direncanakan. Motivasi harus menjadi perhatian yang tetkalah pentingnya seorang pelatih, manager ataupun tenaga pengajar terhadap atlet, siswa ataupun karyawannya”. Karena dengan adanya motivasi ini maka seorang atlet atau peserta didik menjadi lebih semangat untuk mencapai beberapa target atau tujuan yang telah diprogramkan.

Aspek motivasi merupakan aspek yang paling banyak disoroti dalam program pembinaan olahraga. Dalam Psikologi, istilah motif sering dibedakan dengan istilah motivasi. Untuk lebih jelasnya apa yang dimaksud motif dan motivasi, berikut ini akan diuraikan pengertian dari kedua istilah tersebut. Menurut Moekijat (Hasibuan 2008: 95) “motif adalah suatu daya pendorong atau perangsang untuk melakukan sesuatu”.

METODE

Penelitian yang dilaksanakan ini adalah *Ex Post Facto*. Menurut Sudaryono, Gaguk Margono, Wardani Rahayu, (2013: 11) mengatakan bahwa: Penelitian *Ex Post Facto* adalah jenis penelitian dimana

peneliti menyelidiki permasalahan dengan mempelajari atau meninjau variabel-variabel. Variabel terkait dalam penelitian seperti ini segera dapat diamati dan persoalan utama peneliti selanjutnya adalah menemukan penyebab yang menimbulkan akibat tersebut”.

Dalam uraian metode penelitian ini, akan dikemukakan tentang hal-hal yang menyangkut identifikasi variabel dan desain penelitian, definisi operasional variabel, populasi dan sampel, teknik pengumpulan data, dan teknik analisis data.

Populasi Menurut Sugiyono (2016:117) mengatakan bahwa: “Populasi adalah generalisasi yang terdiri atas: obyek/subyek yang mempunyai kualitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya”. Sedangkan menurut Ma’ruf Abdullah (2015:226) mengatakan bahwa: “Populasi adalah kumpulan unit yang akan diteliti ciri-ciri (karakteristik), dan apabila populasinya terlalu luas, maka peneliti harus mengambil sampel (bagian dari populasi) itu untuk diteliti.”.

Salah satu faktor yang menentukan kelancaran untuk memperoleh data dengan penelitian adalah populasi. Yaitu suatu kumpulan atau kelompok individu yang dapat diamati oleh anggota populasi itu sendiri atau bagi orang lain yang memiliki perhatian dengannya. Olehnya itu yang menjadi populasi dalam penelitian ini adalah semua siswa SMA Negeri 2 Sinjai.

Sampel secara sederhana diartikan sebagai bagian dari populasi yang dijadikan sebagai sumber data yang sebenarnya. Hadi (1986:221), mengemukakan bahwa : “Sampel merupakan sebahagian yang diambil dari populasi dengan menggunakan cara-cara tertentu”. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah sebanyak 30 orang siswa yang mengikuti ekstrakurikuler pencak silat yang diperoleh dengan teknik *Sampel jenuh*, artinya hanya siswa laki-laki saja yang mengikuti ekstra kurikuler pencak silat.

Untuk memperoleh data empirik sebagai bahan untuk menguji kebenaran hipotesis, maka dilakukan pengumpulan

data berdasarkan variabel-variabel yang terlibat. Data yang perlu dikumpulkan dalam penelitian ini meliputi; data motivasi, keseimbangan, daya ledak tungkai dan kecepatan tendangan sabit. Jenis-jenis tes yang dipergunakan untuk mengukur variabel- variabel tersebut adalah sebagai berikut:

HASIL DAN PEMBAHASAN

Untuk mendapatkan gambaran umum data suatu penelitian maka digunakanlah analisis data deskriptif terhadap data motivasi, keseimbangan, dan daya ledak tungkai terhadap kemampuan kecepatan tendangan sabit olahraga pencak silat pada siswa SMA Negeri 2 Sinjai. Hal ini dimaksudkan untuk memberi makna pada hasil analisis yang telah dilakukan. Hasil analisis deskriptif data tersebut dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.1. Hasil analisis deskriptif data motivasi, keseimbangan, dan daya ledak tungkai terhadap kemampuan kecepatan tendangan sabit olahraga pencak silat pada siswa SMA Negeri 2 Sinjai.

Variabel	N	Sum	Mean	Std. Dev.	Variance	Range	Min	Max
Motivasi	30	3770.00	1.2567	2.66954	7.1654	12,00	12,00	12,00
Keseimbangan	30	2539.00	84.6333	2.73525	7.4821	1,00	80,00	91,00
Daya ledak tungkai	30	1362,00	45,4000	3,47999	12,110	15,00	38,00	53,00
Kecepatan tendangan sabit	30	703,00	23,4333	2,44109	5,9781	9,00	19,00	28,00

Sumber: Lampiran 4. Analisis deskriptif. Halaman 91

1. Uji normalitas data

Salah satu asumsi yang harus dipenuhi agar uji parametrik dapat digunakan dalam penelitian adalah data harus mengikuti sebaran normal, maka dilakukan uji normalitas data. Pengujian

normalitas data dapat dilakukan untuk mengetahui apakah data yang diperoleh pada hasil penelitian berada pada sebaran normal. Pengujian normalitas data dapat dilakukan dengan uji Kolmogorov Smirnov.

Adapun hasil pengujian normalitas data variabel daya ledak tungkai, keseimbangan, dan motivasi terhadap kecepatan tendangan sabit pada siswa SMA Negeri 2 Sinjai dapat dilihat dari tabel berikut:

Tabel 4.2. Hasil pengujian normalitas data variabel motivasi, keseimbangan, dan daya ledak tungkai terhadap kecepatan tendangan sabit olahraga pencak silat pada siswa SMA Negeri 2 Sinjai

Variabel	KS-Z	P	A
Motivasi	0.723	0.673	0,0
Keseimbangan	0.684	0.738	0,0
Daya ledak tungkai	0.662	0.773	0,0
Kecepatan tendangan sabit	1.050	0.221	0,0

Sumber: Lampiran 6. Analisis normalitas data. Halaman 99

Oleh karena data penelitian berdistribusi normal, maka pengujian hipotesis akan digunakan uji statistik

parametrik. **2. Analisis linearitas data**
Salah satu hipotesis dalam penelitian ini perlu diuji dan diuji statistik dengan menggunakan uji t. Data yang diperoleh dilapangan melalui tes dan pengukuran terhadap seluruh variabel yang diteliti. Karena data penelitian ini mengikuti sebaran normal, maka untuk menguji hipotesis penelitian ini digunakan analisis statistik parametrik dengan menggunakan analisis linearitas. Analisis linearitas bertujuan untuk mengetahui apakah dua variabel mempunyai hubungan yang linear atau tidak linear secara signifikan. Salah satu persyaratan suatu data dikatakan linear apabila P_{value} lebih besar dari 0,05 ($P_{\text{value}} > 0,05$). Adapun hasil linearitas antar variabel dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

a. Analisis linearitas motivasi terhadap daya ledak tungkai pada siswa SMA Negeri 2 Sinjai

Pengujian linearitas variabel motivasi terhadap daya ledak tungkai dilakukan untuk mengetahui apakah antara motivasi terhadap daya ledak tungkai mempunyai hubungan yang linear atau tidak secara signifikan.

Adapun hasil pengujian linearitas variabel motivasi terhadap daya ledak tungkai dapat dilihat pada tabel berikut ini: Tabel 4.3. Hasil uji linearitas motivasi terhadap daya ledak tungkai pada siswa SMA Negeri 2 Sinjai

Vaiabel	F	P	A	Ket
Motivasi	0,493	0,862	0,05	Linear
Daya ledak tungkai				

Sumber: lampiran 7. Uji linearitas data. Halaman 100

Dari hasil tabel 4.3 di atas antara motivasi terhadap daya ledak tungkai pada siswa SMA Negeri 2 Sinjai. Nilai $F=0,493$ dan nilai $P=0,862$ tingkat signifikan $\alpha 0.05$. Jadi, motivasi terhadap daya ledak tungkai pada siswa SMA Negeri 2 Sinjai yang diperoleh memiliki hubungan atau linear.

b. Analisis linearitas keseimbangan terhadap daya ledak tungkai pada siswa SMA Negeri 2 Sinjai

Pengujian linearitas variabel keseimbangan terhadap daya ledak tungkai dilakukan untuk mengetahui apakah antara keseimbangan terhadap daya ledak tungkai mempunyai hubungan yang linear atau tidak secara signifikan. Adapun hasil pengujian linearitas variabel keseimbangan terhadap daya ledak tungkai dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 4.4. Hasil uji linearitas keseimbangan terhadap daya ledak tungkai pada siswa SMA Negeri 2 Sinjai

Vaiabel	F	P	A	Ket
Keseimbangan	0,497	0,859	0,05	Linear
daya ledak tungkai				

Sumber: lampiran 8. Uji linearitas data. Halaman 101

Dari hasil tabel 4.4 di atas antara keseimbangan terhadap daya ledak tungkai pada siswa SMA Negeri 2 Sinjai. Nilai $F = 0,497$ dan nilai $P=0,859$ dengan tingkat signifikan $(P) > \alpha 0.05$. Jadi, keseimbangan terhadap daya ledak tungkai pada siswa SMA Negeri 2 Sinjai yang diperoleh memiliki hubungan atau linear.

c. Analisis linearitas motivasi terhadap kecepatan tendangan sabit olahraga pencak silat pada siswa SMA Negeri 2 Sinjai.

Pengujian linearitas variabel motivasi terhadap kecepatan tendangan sabit dilakukan untuk mengetahui apakah antara motivasi terhadap kecepatan tendangan sabit mempunyai hubungan yang linear atau tidak secara signifikan. Adapun hasil pengujian linearitas variabel motivasi terhadap kecepatan tendangan sabit dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 4.5. Hasil uji linearitas motivasi terhadap kecepatan tendangan sabit olahraga pencak silat pada siswa SMA Negeri 2 Sinjai.

Vaiabel	F	P	A	Ket
Motivasi	2,976	0,220	0,05	Linear
Kecepatan tendangan sabit				

Sumber: Lampiran 9. Uji linearitas data. Halaman 102

Dari hasil tabel 4.5 di atas antara motivasi terhadap kecepatan tendangan sabit pada siswa SMA Negeri 2 Sinjai. Nilai $F = 2,976$ dan $P=0,220$ dengan tingkat signifikan $(P) > \alpha 0.05$. Jadi, motivasi terhadap kecepatan tendangan sabit pada siswa SMA Negeri 2 Sinjai yang diperoleh memiliki hubungan atau linear.

d. Analisis linearitas keseimbangan terhadap kecepatan tendangan sabit olahraga pencak silat pada siswa SMA Negeri 2 Sinjai.

Pengujian linearitas variabel keseimbangan terhadap kecepatan tendangan sabit dilakukan untuk mengetahui apakah antara keseimbangan terhadap

kecepatan tendangan sabit mempunyai hubungan yang linear atau tidak secara signifikan. Adapun hasil pengujian linearitas variabel keseimbangan terhadap kecepatan tendangan sabit dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 4.6. Hasil uji linearitas keseimbangan terhadap kecepatan tendangan sabit olahraga pencak silat pada siswa SMA Negeri 2 Sinjai.

Vaiabel	F	P	A	Ket
Keseimbangan	0,542	0,826	0,05	Linear
Kecepatan tendangan sabit				

Sumber: Lampiran 10. Uji linearitas data. Halaman 103

Dari hasil tabel 4.6 di atas antara keseimbangan terhadap kecepatan tendangan sabit pada siswa SMA Negeri 2 Sinjai. Nilai $F=0,542$ dan $P=0,826$ dengan tingkat signifikan $(P) > \alpha 0.05$. Jadi, keseimbangan terhadap kecepatan tendangan sabit pada siswa SMA Negeri 2 Sinjai yang diperoleh memiliki hubungan atau linear.

e. Analisis linearitas daya ledak tungkai terhadap kecepatan tendangan sabit olahraga pencak silat pada siswa SMA Negeri 2 Sinjai.

Pengujian linearitas variabel daya ledak tungkai terhadap kecepatan tendangan sabit dilakukan untuk mengetahui apakah antara daya ledak tungkai terhadap kecepatan tendangan sabit mempunyai hubungan yang linear atau tidak secara signifikan. Adapun hasil pengujian linearitas variabel daya ledak tungkai terhadap kecepatan tendangan sabit dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 4.7. Hasil uji linearitas daya ledak tungkai terhadap kecepatan tendangan sabit olahraga pencak silat pada siswa SMA Negeri 2 Sinjai.

Vaiabel	F	P	A	Ket
daya ledak tungkai	3.920	0.721	0.05	Linear
Kecepatan				

tendangan sabit				
-----------------	--	--	--	--

Sumber: Lampiran 11. Uji linearitas data. Halaman 104

Dari hasil tabel 4.7 di atas antara daya ledak tungkai terhadap kecepatan tendangan sabit pada siswa SMA Negeri 2 Sinjai. Nilai $F=3.920$ dan $P=0,721$ dengan tingkat signifikan $(P) > \alpha 0.05$. Jadi, daya ledak tungkai terhadap kecepatan tendangan sabit pada siswa SMA Negeri 2 Sinjai yang diperoleh memiliki hubungan atau linear.

C. Pengujian Hipotesis

Penelitian ini menurunkan tujuh hipotesis, dimana ketujuhannya harus diuji kebenarannya dengan menggunakan analisis statistik inferensial yakni dengan menggunakan Analisis Jalur (Path Analysis). Secara berurutan, hipotesis dalam penelitian ini dapat diungkapkan sebagai berikut:

Berdasarkan pada model pengujian hipotesis sub struktur 1 pada gambar di atas, ada dua hipotesis penelitian yang diajukan. Hipotesis tersebut adalah:

1. H_0 : Tidak terdapat pengaruh langsung signifikan motivasi terhadap daya ledak tungkai.

H_1 : Terdapat pengaruh langsung signifikan motivasi terhadap daya ledak tungkai.

2. H_0 : Tidak terdapat pengaruh langsung yang signifikan keseimbangan terhadap daya ledak tungkai

H_1 : Terdapat pengaruh langsung yang signifikan keseimbangan terhadap daya ledak tungkai

Berdasarkan pada model persamaan struktur 1 di atas, selanjutnya hipotesis tersebut dilakukan pengujian. Adapun hasil pengujian hipotesis model persamaan sub struktur 1 adalah sebagai berikut:

a. Uji Hipotesis Individual Sub Struktur I
hipotesis statistik dirumuskan sebagai berikut:

1. $H_0 : \rho_{x_3x_1} = 0$

$H_1 : \rho_{x_3x_1} \neq 0$

2. $H_0 : \rho_{x_3x_1} = 0$

$H_1 : \rho_{x_3x_1} \neq 0$

Secara kalimat sebagai berikut:

1. H_0 : Tidak terdapat pengaruh langsung yang signifikan motivasi terhadap daya ledak tungkai.
 H_1 : Terdapat pengaruh langsung yang signifikan motivasi terhadap daya ledak tungkai.
2. H_0 : Tidak terdapat pengaruh langsung yang signifikan keseimbangan terhadap daya ledak tungkai.
 H_1 : Terdapat pengaruh langsung yang signifikan keseimbangan terhadap daya ledak tungkai.

Pengujian hipotesis dari data setiap variabel yang dikemukakan pada hipotesis tersebut dilakukan dengan menggunakan SPSS versi 20. Adapun hasil yang diperoleh dapat dilihat pada tabel koefisien persamaan struktural model 1 sebagai berikut:

Tabel 4.8. Hasil analisis multivariat regresi struktur 1 variabel motivasi, keseimbangan, terhadap daya ledak tungkai.

VARIABEL	BETA	P	A
Motivasi	0.910	0.000	0.05
Daya ledak tungkai			
Keseimbangan	0.520	0.009	0.05
Daya ledak tungkai			

Lampiran 12. Uji regresi struktur 1.
 Halaman 105

Pada tabel 4.8 di atas dapat disimpulkan bahwa:

- a) Koefisien persamaan struktural yang diperoleh untuk variabel motivasi terhadap daya ledak tungkai adalah 0.910. Sedangkan nilai signifikan yang diperoleh adalah 0,000. Karena nilai signifikansi kurang dari 0,05

(0,000 < 0,05) maka dapat diambil kesimpulan H_0 ditolak. Artinya terdapat pengaruh langsung yang signifikan daya ledak tungkai terhadap motivasi.

- b) Persamaan diatas dikatakan layak untuk digunakan karena nilai P pada uji tersebut <0,05. Dari tabel koefisien Model Sub Struktur 1 di atas diperoleh nilai koefisien persamaan struktural untuk variabel keseimbangan terhadap daya ledak tungkai sebesar 0.520. Sedangkan nilai signifikan yang diperoleh untuk variabel keseimbangan adalah 0,009. Karena nilai signifikan kurang dari 0,05 (0,009 < 0,05) maka dapat diambil keputusan H_0 ditolak. Artinya terdapat pengaruh langsung yang signifikan keseimbangan terhadap daya ledak tungkai.

2. Pengujian Hipotesis Sub Struktur II

Model kedua yang diajukan dalam pengujian hipotesis dalam penelitian persamaan yaitu Model Sub Struktur 2.

Berdasarkan pada model pengujian hipotesis sub struktur 2 pada gambar diatas, ada tiga hipotesis penelitian yang diajukan. Hipotesis tersebut adalah sebagai berikut:

1. H_0 : Tidak terdapat pengaruh langsung yang signifikan motivasi terhadap kecepatan tendangan sabit.
 H_1 : Terdapat pengaruh langsung yang signifikan motivasi terhadap kecepatan tendangan sabit.
2. H_0 : Tidak terdapat pengaruh langsung yang signifikan keseimbangan terhadap kecepatan tendangan sabit.
 H_1 : Terdapat pengaruh langsung yang signifikan keseimbangan terhadap kecepatan tendangan sabit.
3. H_0 : Tidak terdapat pengaruh langsung yang signifikan daya ledak tungkai terhadap kecepatan tendangan sabit.

H_1 : Terdapat pengaruh langsung yang signifikan daya ledak tungkai terhadap kecepatan tendangan sabit.

Variabel	Beta	P	A
Motivasi	-0.747	0.016	0.05
Kecepatan tendangan sabit			
keseimbangan	0.912	0.000	0.05
Kecepatan tendangan sabit			
Daya ledak tungkai	0.637	0.023	0.05
Kecepatan tendangan sabit			

Berdasarkan hipotesis yang diajukan pada model persamaan struktur 2 diatas, selanjutnya pengujian hipotesis menggunakan SPSS versi 20. Adapun hasil pengujian hipotesis tersebut adalah sebagai berikut:

a. Uji Hipotesis Individual Sub Struktur 2

1. $H_0 : \rho_{yx_1} = 0$

$H_1 : \rho_{yx_1} \neq 0$

2. $H_0 : \rho_{yx_2} = 0$

$H_1 : \rho_{yx_2} \neq 0$

3. $H_0 : \rho_{yx_3} = 0$

$H_1 : \rho_{yx_3} \neq 0$

Secara kalimat sebagai berikut:

1. H_0 : Tidak terdapat pengaruh langsung yang signifikan motivasi terhadap kecepatan tendangan sabit.

H_1 : Terdapat pengaruh langsung yang signifikan motivasi terhadap kecepatan tendangan sabit.

2. H_0 : Tidak terdapat pengaruh langsung yang signifikan keseimbangan terhadap kecepatan tendangan sabit.

H_1 : Terdapat pengaruh langsung yang signifikan keseimbangan terhadap kecepatan tendangan sabit.

3. H_0 : Tidak terdapat pengaruh langsung yang signifikan daya ledak tungkai terhadap kecepatan tendangan sabit.

H_1 : Terdapat pengaruh langsung yang signifikan daya ledak tungkai terhadap kecepatan tendangan sabit.

Berdasarkan hipotesis yang diajukan di atas, adapun hasil pengolahan data menggunakan program SPSS versi 20 untuk hipotesis tersebut dapat dilihat pada tabel berikut:

Tabel 4.9. Hasil analisis multivariat regresi struktur 2 variabel motivasi, keseimbangan dan daya ledak tungkai terhadap kecepatan tendangan sabit olahraga pencak silat pada siswa SMAN 2 Sinjai

Lampiran 13. Uji regresi struktur 2. Halaman 106

Dari tabel 4.9 koefisien sub struktur 2 diatas diperoleh sebagai berikut:

- Nilai koefisien motivasi terhadap kecepatan tendangan sabit sebesar (-0.747) dengan signifikan yang diperoleh 0,016. Karena nilai signifikan kurang dari 0,05 ($0,016 < 0,05$) maka dapat diambil keputusan H_0 ditolak. Artinya terdapat pengaruh langsung yang signifikan daya ledak tungkai terhadap kecepatan tendangan sabit.
- Nilai koefisien persamaan struktural untuk variabel keseimbangan terhadap kecepatan tendangan sabit sebesar 0,912 dengan signifikan yang diperoleh adalah 0,000. Karena nilai signifikan kurang dari 0,05 ($0,000 < 0,05$) maka dapat diambil keputusan H_0 ditolak. Artinya terdapat pengaruh langsung yang signifikan keseimbangan terhadap kecepatan tendangan sabit.
- Nilai koefisien daya ledak tungkai terhadap kecepatan tendangan sabit sebesar 0.637 dengan signifikan yang diperoleh 0.023. Karena nilai signifikan kurang dari 0.05 ($0.023 < 0.05$) maka dapat diambil keputusan H_0 ditolak. Artinya terdapat

pengaruh langsung yang signifikan motivasi terhadap kecepatan tendangan sabit.

Mengingat dalam desain analisis jalur terdapat pengaruh secara tidak langsung, maka hipotesis tersebut juga perlu di uji apakah memiliki pengaruh tidak langsung yang signifikan atau tidak memiliki pengaruh tidak langsung yang signifikan. Koefisien yang dapat menjelaskan pengaruh antar variabel ini adalah *standarized coefficient beta*. Dalam hal ini akan dilihat hasil hipotesis keenam yaitu pengaruh tidak langsung motivasi melalui daya ledak tungkai terhadap kecepatan tendangan sabit. Dan hipotesis ketujuh yaitu pengaruh tidak langsung keseimbangan melalui daya ledak tungkai terhadap kecepatan tendangan sabit.

Pada hipotesis keenam yaitu untuk mengetahui apakah ada pengaruh motivasi melalui daya ledak tungkai terhadap kecepatan tendangan sabit. Diketahui nilai koefisien beta pengaruh langsung motivasi terhadap daya ledak tungkai adalah 0.910 dan nilai koefisien beta pengaruh langsung daya ledak tungkai terhadap kecepatan tendangan sabit adalah 0.637. Maka nilai koefisien beta pengaruh motivasi melalui daya ledak tungkai terhadap kecepatan tendangan sabit adalah $(0.910)(0.637)=0.579$. Hasil ini menunjukkan nilai koefisien beta tersebut lebih besar dibanding nilai koefisien beta pengaruh motivasi terhadap kecepatan tendangan sabit sebesar $(0.579 > (-0.747))$. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh antara motivasi melalui daya ledak tungkai terhadap kecepatan tendangan sabit.

Pada hipotesis ketujuh yaitu untuk mengetahui apakah ada keseimbangan melalui daya ledak tungkai terhadap kecepatan tendangan sabit. Diketahui nilai koefisien beta pengaruh langsung keseimbangan terhadap daya ledak tungkai adalah 0.520 dan nilai koefisien beta pengaruh langsung daya ledak tungkai terhadap kecepatan tendangan sabit adalah 0.637. Maka nilai koefisien beta pengaruh keseimbangan melalui daya ledak tungkai

terhadap kecepatan tendangan sabit adalah 0.331. Hasil ini menunjukkan nilai koefisien beta tersebut lebih besar dibanding nilai koefisien beta pengaruh langsung keseimbangan terhadap kecepatan tendangan sabit sebesar $(0.331 > (-0.912))$. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh keseimbangan melalui daya ledak tungkai terhadap kecepatan tendangan sabit.

D. Pembahasan Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil analisis koefisien regresi dari variabel motivasi, keseimbangan, dan daya ledak tungkai terhadap kecepatan tendangan sabit. Selanjutnya pengujian hipotesis perlu dikaji lebih lanjut dengan memberikan interpretasi antara hasil analisis yang dicapai dengan teori yang mendasari penulisan. Penjelasan ini diperlukan agar dapat diketahui kesesuaian teori dengan hasil penelitian yang dicapai.

Berdasarkan hasil pengujian hipotesis diperoleh bahwa dari tujuh hipotesis yang diajukan semuanya memiliki signifikan. Dengan kata lain ada tujuh hipotesis yang diterima dan signifikan. Untuk mengetahui bagaimana keadaan pengaruh antara variabel motivasi, keseimbangan, dan daya ledak tungkai terhadap kecepatan tendangan sabit dapat di jabarkan sebagai berikut.

1. Ada pengaruh langsung motivasi terhadap daya ledak tungkai pada siswa SMA Negeri 2 Sinjai.

Berdasarkan hasil uji hipotesis yang dilakukan, nilai signifikan yang diperoleh adalah 0,000 karena nilai signifikan lebih kecil dari 0,05 ($0,000 < 0,05$) maka hipotesis yang diajukan diterima atau H_0 ditolak dan H_1 diterima. Menurut pendapat Menurut Apta Mylsidayu; Feby Kurniawan (2015:136) mengatakan bahwa: “*Power* dapat diartikan sebagai kekuatan dan kecepatan yang dilakukan secara bersama-sama dalam melakukan suatu gerak”. Sedangkan M. Sajoto mengatakan bahwa: “Daya ledak yaitu kemampuan seseorang untuk mempergunakan kekuatan maksimum yang dikerahkan dalam waktu yang sesingkat-singkatnya”.

Dari para pendapat ahli di atas dapat disimpulkan bahwa apabila motivasi bagus maka didukung dengan daya ledak tungkai

yang bagus pula. Maka dari itu, dalam meningkatkan daya ledak tungkai harus didukung dengan motivasi yang tinggi. Menurut Singgih D Gunarsa dkk mengatakan bahwa: “motivasi yang artinya secara singkat ialah kekuatan atau tenaga pendorong agar seseorang bertingkah laku. Jadi dalam hal atlet motivasi diartikan kekuatan atau pendorong pada atlet dalam penampilannya”. Apabila pemain tidak memiliki motivasi yang bagus akan berpengaruh terhadap kemampuan daya ledak tungkai juga. Jadi, daya ledak tungkai adalah kemampuan seseorang dalam menggabungkan antara kekuatan dan kecepatan maksimal pada saat melakukan aktivitas. Maka dari itu motivasi sangat dibutuhkan dalam melakukan gerakan daya ledak tungkai. Dengan demikian motivasi memiliki pengaruh yang signifikan terhadap daya ledak tungkai pada siswa SMA Negeri 2 Sinjai.

2. Ada pengaruh langsung keseimbangan terhadap daya ledak tungkai pada siswa SMA Negeri 2 Sinjai.

Berdasarkan hasil uji hipotesis yang dilakukan, nilai signifikan yang diperoleh adalah 0,009 karena nilai signifikan lebih kecil dari 0,05 ($0,009 < 0,05$) maka hipotesis yang diajukan diterima atau H_0 ditolak dan H_1 diterima. Hal ini sejalan dengan yang dikemukakan Menurut I Gusti Ngurah Nala (2011:20) mengatakan bahwa: “Keseimbangan adalah kemampuan tubuh untuk melakukan reaksi atas setiap perubahan posisi tubuh, sehingga tubuh tetap stabil dan terkendali”. Sedangkan menurut Harsono bahwa “Keseimbangan berhubungan dengan koordinasi diri, dan dalam beberapa keterampilan, juga dengan agilitas”.

Dari pada pendapat ahli di atas dapat disimpulkan bahwa apabila keseimbangan bagus maka akan didukung dengan daya ledak tungkai yang bagus pula. Maka dari itu, dalam mengembangkan keseimbangan harus diikuti dengan kemampuan daya ledak tungkai yang tinggi pula. Menurut pendapat Menurut Apta Mylsidayu; Feby Kurniawan (2015:136) mengatakan bahwa: “Power dapat diartikan sebagai kekuatan dan kecepatan yang dilakukan secara bersama-sama dalam melakukan suatu gerak”. Sedangkan M. Sajoto mengatakan bahwa: “Daya ledak yaitu kemampuan seseorang untuk mempergunakan kekuatan maksimum yang dikerahkan dalam

waktu yang sesingkat-singkatnya”. Jadi, keseimbangan adalah kemampuan seseorang dalam menjaga posisi badan agar tetap seimbang. Maka dari itu keseimbangan sangat ditunjang dengan daya ledak tungkai yang bagus. Dengan demikian keseimbangan memiliki pengaruh yang signifikan terhadap daya ledak tungkai pada siswa SMA Negeri 2 Sinjai

3. Ada pengaruh motivasi terhadap kecepatan tendangan sabit olahraga pencak silat pada siswa SMA Negeri 2 Sinjai.

Berdasarkan hasil uji hipotesis yang dilakukan, nilai signifikan yang diperoleh adalah 0,016 karena nilai signifikan lebih kecil dari 0,05 ($0,016 < 0,05$) maka hipotesis yang diajukan diterima atau H_0 ditolak dan H_1 diterima. Menurut Singgih D Gunarsa dkk mengatakan bahwa: “motivasi yang artinya secara singkat ialah kekuatan atau tenaga pendorong agar seseorang bertingkah laku. Jadi dalam hal atlet motivasi diartikan kekuatan atau pendorong pada atlet dalam penampilannya”.

Dari para pendapat ahli di atas dapat disimpulkan bahwa apabila motivasi bagus maka dalam melakukan gerakan kecepatan tendangan akan sempurna juga. Maka dari itu, dalam mengembangkan kecepatan tendangan sabit harus diikuti dengan motivasi yang bagus pula. Daya pendorong melakukan sesuatu berfungsi pada saat melakukan gerakan menendang, tungkai harus kuat dengan kecepatan yang maksimal pada saat melakukan gerakan kuda kuda, maka hasil tendangan yang cepat akan tercapai juga. Apabila pemain tidak memiliki motivasi yang bagus maka tendangan yang dilakukan akan tidak sempurna juga. Jadi, motivasi akan meningkatkan performa kemampuan seseorang dalam menggabungkan antara kekuatan dan kecepatan maksimal pada saat melakukan tendangan sabit. Maka dari itu motivasi sangat dibutuhkan dalam melakukan tendangan sabit. Dengan demikian motivasi memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kecepatan tendangan sabit pada siswa SMA Negeri 2 Sinjai.

4. Ada pengaruh langsung keseimbangan terhadap kecepatan tendangan sabit olahraga pencak silat pada siswa SMA Negeri 2 Sinjai.

Berdasarkan hasil uji hipotesis yang dilakukan, nilai signifikan yang diperoleh adalah 0,000 karena nilai signifikan lebih kecil dari 0,05 ($0,000 < 0,05$) maka hipotesis yang diajukan

diterima atau H_0 ditolak dan H_1 diterima. Hal ini sejalan dengan yang dikemukakan Widiastuti (2011:144) mengatakan bahwa: “Keseimbangan adalah kemampuan mempertahankan sikap dan posisi secara tepat pada saat berdiri (*static balance*) atau pada saat melakukan gerakan (*dynamic balance*). Kemampuan untuk mempertahankan keseimbangan dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu visual, telinga (rumah siput)”. Dan juga menurut Nurhasan (2000:135) mengatakan bahwa: “Keseimbangan adalah kemampuan seseorang dalam mengontrol alat-alat tubuhnya yang bersifat neuro-muscular. Unsur keseimbangan ini sangat menonjol dalam kegiatan-kegiatan berjalan, berdiri, dan berbagai jenis cabang olahraga”.

Dari para pendapat ahli di atas dapat disimpulkan bahwa apabila keseimbangan bagus maka dalam melakukan gerakan kecepatan tendangan sabit dengan baik pula. Maka dari itu, dalam mengembangkan kecepatan tendangan sabit harus diikuti dengan kemampuan kondisi fisik seperti keseimbangan. Apabila pemain tidak memiliki keseimbangan yang bagus maka dalam melakukan tendangan sabit akan tidak sempurna. Jadi, keseimbangan adalah kemampuan seseorang dalam menjaga posisi badan agar tetap seimbang pada saat melakukan gerakan tendangan sabit. Maka dari itu keseimbangan sangat dibutuhkan dalam melakukan tendangan. Dengan demikian keseimbangan memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kecepatan tendangan sabit pada siswa SMA Negeri 2 Sinjai.

5. Ada pengaruh langsung daya ledak tungkai terhadap kecepatan tendangan sabit olahraga pencak silat pada siswa SMA Negeri 2 Sinjai.

Berdasarkan hasil uji hipotesis yang dilakukan, nilai signifikan yang diperoleh adalah 0,023 karena nilai signifikan lebih kecil dari 0,05 ($0,023 < 0,05$) maka hipotesis yang diajukan diterima atau H_0 ditolak dan H_1 diterima. Menurut pendapat M. Sajoto (1995:8) bahwa “Daya ledak otot (Muscular power) adalah kemampuan seseorang untuk melakukan kekuatan maksimum, dengan usaha yang dikerahkan dalam waktu yang sependek-pendeknya”. I Gusti Ngurah Nala (2011:16) mengemukakan bahwa “Daya ledak adalah kemampuan untuk melakukan aktivitas secara tiba-tiba dan cepat dengan menggerakkan seluruh kekuatan dalam waktu yang singkat”.

Dari para pendapat ahli di atas dapat disimpulkan bahwa apabila daya ledak tungkai bagus maka dalam melakukan gerakan kecepatan tendangan akan sempurna juga. Maka dari itu, dalam mengembangkan kecepatan tendangan sabit harus diikuti dengan kemampuan kondisi fisik seperti daya ledak tungkai yang bagus pula. Daya ledak otot tungkai berfungsi pada saat melakukan tolakan, tungkai harus kuat dengan kecepatan yang maksimal pada saat melakukan gerakan kuda kuda, maka hasil tendangan yang cepat akan tercapai juga. Apabila pemain tidak memiliki daya ledak tungkai yang bagus maka tendangan yang dilakukan akan tidak sempurna juga. Jadi, daya ledak tungkai adalah kemampuan seseorang dalam menggabungkan antara kekuatan dan kecepatan maksimal pada saat melakukan tendangan sabit. Maka dari itu daya ledak tungkai sangat dibutuhkan dalam melakukan tendangan sabit. Dengan demikian daya ledak tungkai memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kecepatan tendangan sabit pada siswa SMA Negeri 2 Sinjai.

6. Terdapat pengaruh motivasi melalui daya ledak tungkai terhadap kecepatan tendangan sabit olahraga pencak silat pada siswa SMA Negeri 2 Sinjai.

Berdasarkan hasil uji hipotesis yang dilakukan, nilai koefisien beta yang diperoleh adalah 0.579. karena nilai koefisien beta yang diperoleh lebih besar jika dibandingkan koefisien beta pengaruh langsung motivasi terhadap kecepatan tendangan sabit yaitu ($0.579 > (-0.747)$) . Maka hipotesis yang diajukan diterima atau H_0 ditolak dan H_1 diterima. Ini berarti bahwa kecepatan tendangan sabit yang melalui daya ledak tungkai akan meningkat jika turut dipengaruhi oleh motivasi. Berdasarkan hipotesis ketiga dimana terdapat pengaruh langsung yang signifikan motivasi terhadap kecepatan tendangan sabit, maka dengan ada pengaruh daya ledak tungkai dapat berpotensi untuk meningkatkan kecepatan tendangan sabit. Seperti diketahui daya ledak tungkai adalah kemampuan seseorang untuk menggabungkan antara kekuatan dan kecepatan maksimal pada saat melakukan gerakan menendang. Demikian halnya dengan motivasi yang baik, dapat menunjang seorang pemain pencak silat agar dapat tampil maksimal ketika bertanding. Dengan demikian, terdapat pengaruh motivasi melalui daya ledak tungkai terhadap kecepatan

tendangan sabit pada siswa SMA Negeri 2 Sinjai.

7. Terdapat pengaruh keseimbangan melalui daya ledak tungkai terhadap kecepatan tendangan sabit olahraga pencak silat pada siswa SMA Negeri 2 Sinjai.

Berdasarkan hasil uji hipotesis yang dilakukan, nilai koefisien beta yang diperoleh adalah 0.331. karena nilai koefisien beta yang diperoleh lebih besar jika dibandingkan koefisien beta pengaruh keseimbangan terhadap kecepatan tendangan sabit yaitu $(0.331 > -0.912)$ maka hipotesis yang diajukan ditolak atau H_0 ditolak dan H_1 diterima. Ini berarti bahwa kecepatan tendangan sabit yang dipengaruhi oleh keseimbangan akan meningkat jika turut dipengaruhi oleh daya ledak tungkai. Jika dihubungkan berdasarkan hipotesis keempat dimana terdapat pengaruh langsung keseimbangan terhadap kecepatan tendangan sabit. Dimana jika turut dipengaruhi oleh daya ledak tungkai, maka dengan adanya pengaruh tersebut dapat dikatakan sangat berpotensi untuk meningkatkan kecepatan tendangan sabit. Seperti diketahui bahwa keseimbangan adalah kemampuan seseorang untuk menjaga posisi badan agar tetap seimbang. Demikian halnya dengan daya ledak tungkai, dengan daya ledak tungkai yang baik, akan mempengaruhi kecepatan tendangan sabit seorang siswa. Dengan demikian, terdapat pengaruh keseimbangan melalui daya ledak tungkai terhadap kecepatan tendangan sabit pada siswa SMA Negeri 2 Sinjai.

Dengan demikian berarti bahwa untuk menjadi pesilat, ada banyak faktor yang dapat berpengaruh, selain faktor keseimbangan, daya ledak tungkai dan motivasi ternyata ikut berpengaruh. Sehingga ketika kita sudah mempunyai modal untuk mendaji atlet pencak silat, ada baiknya untuk memperhatikan faktor kondisi fisik seperti keseimbangan dan daya ledak tungkai serta tidak melupakan pengaruh dan potensi motivasi yang kita miliki. Karena berdasarkan penelitian ini faktor keseimbangan, daya ledak tungkai dan motivasi memainkan pengaruh yang penting terhadap kecepatan tendangan sabit. Namun, selain itu faktor lain juga perlu diperhatikan. Karena dalam olahraga

apapun, faktor fisik, tehnik, taktik dan mental merupakan dasar yang paling diperlukan untuk menjadi seorang olahragawan yang dapat berprestasi.

SIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dikemukakan, maka dapat ditarik sebuah kesimpulan sebagai berikut:

1. Ada pengaruh langsung motivasi terhadap daya ledak tungkai pada siswa SMA Negeri 2 Sinjai.
2. Ada pengaruh langsung keseimbangan terhadap daya ledak tungkai pada siswa SMA Negeri 2 Sinjai.
3. Ada pengaruh langsung motivasi terhadap kecepatan tendangan sabit olahraga pencak silat pada siswa SMA Negeri 2 Sinjai.
4. Ada pengaruh langsung keseimbangan terhadap kecepatan tendangan sabit olahraga pencak silat pada siswa SMA Negeri 2 Sinjai.
5. Ada pengaruh langsung daya ledak tungkai terhadap kecepatan tendangan sabit olahraga pencak silat pada siswa SMA Negeri 2 Sinjai.
6. Ada pengaruh tidak langsung motivasi melalui daya ledak tungkai terhadap kecepatan tendangan sabit olahraga pencak silat pada siswa SMA Negeri 2 Sinjai.
7. Ada pengaruh tidak langsung keseimbangan melalui daya ledak tungkai terhadap kecepatan tendangan sabit olahraga pencak silat pada siswa SMA Negeri 2 Sinjai.

Berdasarkan kesimpulan penelitian tersebut di atas, maka dapat disarankan sebagai berikut :

1. Pembina, pelatih dan guru penjas bahwa Daya Ledak Tungkai, Keseimbangan dan Motivasi sangat berpengaruh terhadap Kecepatan Tendangan Sabit dalam cabang olahraga pencak silat, sehingga dalam pencarian dan pembinaan atlet dari usia dini hingga remaja atau siswa dapat memperhatikan serta

- mempertimbangkan faktor-faktor tersebut.
2. Bagi guru penjas agar supaya dapat memberikan metode-metode pengajaran yang berbasis penggabungan antara teknik dan kondisi fisik guna membantu pencapaian hasil dalam pengajaran dan pembinaan olahraga.
 3. Bagi pengurus cabang olahraga pencaksilat agar supaya memberikan kesempatan kepada semua peminat untuk dapat diseleksi untuk memperoleh pemain-pemain yang berkualitas dalam mengembangkan dunia pencaksilat yang lebih baik.
 4. Bagi peneliti, agar supaya dapat ditindak lanjuti kembali guna memperoleh hasil penelitian yang maksimal.
 5. Penelitian ini sebaiknya dikembangkan pada populasi yang berbeda dan ruang lingkup permasalahan yang diperluas serta lebih spesifik bagi.

DAFTAR RUJUKAN

- Abdullah Ma'ruf. 2015. *Metodologi Penelitian Kuantitatif*. Yogyakarta: Aswaja Pressindo
- Apta Mylsidayu, Febi Kurniawan. 2015. *Ilmu Kepelatihan Dasar*. Bandung : Alfabeta
- Harsono.1998. *Coaching dan Aspek-Aspek Psikolgi dalam Coaching*. Jakarta: Depdikbud Dirjen Dikti.
- Husdarta, S. J. H. 2010. *Psikologi Olahraga*. Bandung: Alfabeta.
- Halim. Ichsan Nur, 2011. *Tes dan Pengukuran Kesegran Jasmani*. Makassar: Badan Penerbit Universitas Negeri
- Iskandar , M., Soemardjono dan M.S Soegiyanto, 1992. *Pencaksilat*. Makassar: UNM.
- Kriswanto, S. E. 2015. *Pencaksilat*. Yogyakarta: Pustaka Baru..
- Lubis, Johansyah dan Wardoyo Hendro. 2014. *Pencaksilat Edisi Kedua*. Jakarta: Rajawali Sport.
- Lubis, Johansyah,2004. *Panduan Praktis Pencaksilat*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada.
- Nasrulah. 2010. *Konstribusi Daya Ledak Tungkai dan Kecepatan Lari terhadap Kemampuan Kecepatan tendangan Siswa Negeri 6 Makassar*. FIK UNM..
- Nur Ichsan Halim. 2011. *Tes dan Pengukuran Kesegaran Jasmani*. Makassar : Badan Penerbit UNM.
- Nurhasan. 2000. *Tes dan Pengukuran Pendidikan Olahraga*. Bandung : FPOK UPI
- Sudiana Ketut & Septiana Putu.2017 *Keterampilan Dasar pencaksilat*.PT Raja Grafindo Persada
- Pasaribu Febrian sentosa & Nasution Fitri Haryani. 2017 *Pintar Pencaksilat*. Jakarta Timur.Anugrah
- Ramli. 2015. *Dasar-Dasar Kepelatihan*. Makassar: UNM
- .
- .
- Sumadi Suryabrata. (2005). *Metodologi Penelitian*. Jakarta : PT. Raja Grafindo.
- Sugiyono. 2016. *Metodologi Penelitian Pendidikan*. Bandung: Alfabeta
- Sudiana, I. K. S., Sepyanawati, N. L. P. 2017. *Keterampilan Dasar Pencaksilat*. Depok: Raja Grafindo Persada.
- Widiastuti. *Tes dan penngukuran olahraga*.2011 Jakarta.PT Bumi Timur jaya.
- Winardi. 2002. *Motivasi dan Pemotivasian Dalam Manajemen*. Jakarta : PT RajaGrafindo Persada.